



# МЕНЮ



Школа №62

7 ноября 2022 г.

Директор *А. Дудин*  
Согласовано

Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
-------------------------	-------------------	---------	------------	-------	------	----------	---------------------

### Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

304/ТТК	Каша пшеничная вязкая	150	9,5	4,4	6,9	23,9	180
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	50/50	41	14,7	5,8	4,3	129
ТТК 45	Огурец свежий	15	3	0,1	0	0,5	2,4
ТТК 29	Кисель витаминный	200	11	0	0	26,3	105,7
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	0,8	21,4	110
ИТОГО :		515	67,00	22,80	13,50	76,40	527,10

### Комплекс для 5-8 кл

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	14	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 270	Котлета "Нежная"	75	44,5	11,7	7,3	7,1	140
ТТК 187	Компот из вишни	200	10,5	0,2	0	23,7	92
0	Маффин с шоколадной крошкой	60	21	3,3	10,2	42,8	269
ИТОГО :		485	90,00	23,40	23,30	109,40	733,00

### Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	16	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57	15,6	10,9	12,5	208
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	11	5,5	4,4	33,3	198
ТТК 187	Компот из вишни	200	10,5	0,2	0	23,7	92
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	0,8	21,4	110
ИТОГО :		703	97,00	33,70	22,60	105,10	759,30

### Завтрак 1

191	Каша гречневая вязкая	150	9,5	4,1	4,3	17,2	125
461	Сосиска запеченная	50	29	5,2	7	0,7	86
ИТОГО :		200	38,50	9,30	11,30	17,90	211,00

### Полдник

ТТК 27	Каша рисовая молочная с маслом	200/10	27	5,7	9,8	39,6	270
0	Бисквит	45	18	0	0	0	
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	5	0,2	0	13,9	55
ИТОГО :		462	50,00	5,90	9,80	53,50	325,00

Заведующий производством

*Чепкасова*

/ Чепкасова Рушания Зямилевна /

Ответственный за питание

*Бегешев*

/ Бегешев М. В. /